

Einsteigen statt Aussteigen

Finde den Beruf, der dich erfüllt!



Inhalt

Zum Autor

Einleitung

Meine Motivation

Der Sinn und Zweck des E-Book

Das Glück ruft

Work-Life-Sense

Drei Phasen der beruflichen Neuorientierung

Erste Phase: Die Auseinandersetzung

Zweite Phase: Die Sinnfindung

Dritte Phase: Die Neuorientierung

Was motiviert Sie wirklich?

Was sollten Sie bei dem Test beachten?

Wie beantworten Sie jede einzelne Frage?

Typ A bis Typ I

Technische Auswertung

Inhaltliche Auswertung

Zusammenfassung

Die nächsten Schritte



Zum Autor

Guido Ernst Hannig hat nach über 20 Jahren Studien und Tätigkeiten in der Wirtschaft im Jahr 2007 seine Berufung zum Beruf gemacht. Work-Life-Sense ist sein sinnstiftender Ansatz für mehr Berufung im Beruf, für mehr Glück und Zufriedenheit im Arbeitsprozess. Er arbeitet als Buchautor, Workshop-Anbieter und Berater an der Seite von Menschen, die sich beruflich verändern wollen. Als Diplom-Betriebswirt, zertifizierter Coach und Kooperationspartner vom RKW spezialisiert er sich auf die Verbindung von Neupositionierung und persönlichem Veränderungsmanagement. Dabei konnten in der Vergangenheit zahlreiche Beratungsprojekte öffentlich bezuschusst werden.

Mit seiner Berufung unterstützt Guido Ernst Hannig seit mehr als 10 Jahren sozial – und ethisch ausgerichtete Existenzgründer, sowie Fach- und Führungskräfte, die ihre geschenkte Einzigartigkeit entfalten wollen. Dabei haben seine Angebote den persönlichen Sinnaspekt, die Berufungsfrage und die darauf resultierende berufliche Erneuerung zum Schwerpunkt. Als Autor zweier Bücher und zahlreicher Zeitschriftenartikel bietet er vor einem Erneuerungsprojekt Workshops zur Klärung der beruflich-persönlichen Lebensaussage an. Das Angebot wird ergänzt um gestaltete Auszeiten, die gerade Berufstätigen in einer Sinnkrise hervorragende Klärungschancen bieten.

Work-Life-Sense betont den Ansatz des „sowohl-als-auch“! Er entspringt einer Schnittmengenkompetenz, die er in all seinen Angeboten fördert. Seine Schnittmengenkompetenz resultiert aus einer 15 jährigen Berufserfahrung als Referent und Fachmanager im Finanz- und Rechnungswesen. Ausgehend vom Schwerpunktfach Personalwesen im Wirtschaftsstudium ergänzte er seine Aus- und Weiterbildungen um ein Grundstudium der Theologie, systemische Transaktionsanalyse, Seelsorge und durch Coaching- und Beratungsmethoden.

In Veränderungssituationen sind Synergie-Effekte aus anderen Lebensbereichen hilfreich. Der Ehemann und Vater einer erwachsenen Tochter schätzt die spirituelle Männerarbeit. Auf der Basis einer Männer-Initiation organisiert er heute Gesprächskreise von sinnsuchenden Männern. Die Netzwerkarbeit zum Thema Sinn und Beruf fördert er durch von ihm gegründetes virtuelles Netzwerk in XING, das zwischenzeitlich als offizielles Themennetzwerk in XING mehr als 7.000 Teilnehmer umfasst und Netzwerktreffen ausrichtet.

Guido Ernst Hannig ist 1963 in Köln geboren, gelernter Industriekaufmann, studierter Betriebswirt und seit 2007 selbstständiger Experte für die Neuorientierung. Seine Workshops und Beratungen bietet er in seinem eigenen Seminarraum in Frankfurt-Bad Vilbel an. Hinzukommen gestaltete – und begleitete Auszeiten in verschiedenen Tagungshäusern und Klöstern im deutschsprachigen Raum.

Einleitung

Liebe Leserin! Lieber Leser!

Sie stellen die Sinnfrage für Ihr Berufsleben. Vielleicht nutzen Sie nicht das Wörtchen Sinn. Aber doch spielt es eine Rolle bei den Fragen: Warum gehe ich seit Jahren in die Firma? Will ich das wirklich tun, oder zwingen mich meine Lebensumstände dazu? Hat meine Arbeit neben dem guten Geldverdienen etwas mit dem zu tun, was ich zu tun liebe? Was hat das Berufsleben außer Geldverdienen und soziale Anerkennung überhaupt für einen Zweck? Gibt es einen Zweck meiner Existenz, der sich in meinem Berufsleben ausdrücken will? Wozu ist das Produkt meines Arbeitgebers gut? Das sind Fragen, die immer mehr Menschen mit sich selbst austragen. Viele wissen, dass eine Antwort mit Konsequenzen verbunden sein kann. Doch wir wissen mittlerweile auch, dass die Anzahl derer, die das berufliche Glück vermissen, kontinuierlich steigt. Und ich überhaupte sogar, dass darunter eine Menge Menschen sind, die mit einem Burnout Fachexperten aufsuchen. Und einige, die nicht körperlich oder psychisch angeschlagen sind, wurden nachdenklich, liebäugeln mit einer Sabbatzeit bzw. einer längeren Auszeit vom Beruf.

Dieses kleine E-Book schreibe ich für die Menschen, die einen ersten Schritt zur Erlösung und Lösung wagen wollen. Es richtet sich auch an berufstätige Menschen, die lange die Fragen nach dem Glück im Beruf verdrängt haben. Jetzt aber drängt sich das Thema auf und nicht selten auf sehr unangenehme Weise. Dazu gibt es ganz unterschiedliche Anlässe: So stellen viele erfolgreiche Manager plötzlich fest, dass der Aufbau einer sicheren Existenz alleine nicht mehr ausreicht. Für andere ist das unethische Geschäftsgebahren des Arbeitgebers der Anstoß. Schicksalsschläge, wie eine plötzliche Arbeitslosigkeit, können die Frage nach dem Sinn ermöglichen. In der Phase einer Psychotherapie wird festgestellt, dass die ursprüngliche Berufswahl zum Lebensglück nicht ausreichend beigetragen hat. Der Schmerz des Unglücks lässt viel Altes auf den Prüfstand stellen. Für das Neue fehlten bisher die Zeit und der passende Kompass. Intuitiv wissen wir, dass in uns bereits Ideen und Kräfte zur Veränderung schlummern. Doch es braucht Mut, den ersten Schritt zu tun. Es braucht Zeit, die ich als kleine Auszeiten bezeichne. Die Schritte sind behutsam und systematisch zu gehen. Mein Vorschlag an Sie lautet: Setzen Sie mit Hilfe dieses E-Books kleine Schritte, antworten Sie auf den Test am Ende des E-Books. Mit wachsender Erkenntnis, wächst auch die Zuversicht für Schritte in Richtung Glück im Berufsleben.

Mir ist bewusst, dass sich viele Experten und Seminaranbieter mit ganz unterschiedlichen Ansätzen auf dem Markt befinden. Die Angebote an Selbsthilfebüchern und Methoden zur Visionsfindung sind übergroß. „Vor lauter Bäumen den Wald nicht mehr finden“, höre ich häufig vor dem Start eines Coachings. Doch Trainer und Buchautoren sind sich hier einig: Zu den Hausaufgaben des Lebens gehört es irgendwann, den Sinn für sich selbst zu definieren. Natürlich sind Stärken und Talente erforderlich, die es in die Gemeinschaft einzubringen gilt. Das alleine reicht allerdings nicht aus. Um unser Potential auf dem Weg zu bringen, können viele kopflastige Methoden nur bedingt helfen. Das betrifft ebenso Burnout-Prophylaxe und Gesundheitsmanagement. Entscheidender ist der Kontakt zum wahren Selbst. Ihr Herz ist der Torweg zu Ihrem persönlichen Glück. Was Sie im Berufsleben glücklich macht, kann nur Ihr Inneres beantworten. Und damit das Vertrauen zwischen Ihnen und mir – ihrem Autor – wachsen kann, begegnen Sie als Nächstes meinen eigenen Erfahrungen. Wenn Sie etwas inspirieren kann, so glaube ich, sind es die Erfahrungen anderer Menschen, die einen Weg zum eigenen Glück gegangen sind.

Meine Motivation

Seit meiner Kindheit interessiere ich mich für die Geschichte von Menschen. Ich hielt schon früh nach etwas Ausschau, dass sich wie menschliches Leben anfühlt. Wie viele junge Menschen war ich interessiert an meiner Herkunft und hoffte auf eine strahlende glückliche Zukunft. Tiefe Themen, die berühren und nachdenklich stimmen, fesselten mich. Von Menschen, die mutig für sich und ihre Werte eintreten, ging eine Faszination aus. Und doch war ich wie die wenigsten Jugendlichen und jungen Erwachsenen in der Lage, meinen eigenen Träumen zu folgen. Die Welt im Außen nahm den größeren Einfluss auf die Berufszielfindung. Die Wurzelbarrieren egozentrierten Denkens trennten mich von dem Zweck meiner Existenz. Die in Kindertagen spürbare Berufung und die schließlich getroffene Berufswahl, die erste leichte Selbsterkenntnis aus Jungentagen und die praktizierte Verwirklichung im Alltag, sie fielen weit auseinander. In meinem ersten Buch¹ beschreibe ich den eher tragischen Weg der Entfremdung. An Beispielen von Coaching-Kunden illustriere ich Zeiten der ersten Lebenshälfte und den Wendepunkt. Ohne Scheitern und Versagen kommen wir der Wirklichkeit nicht näher. Die Auseinandersetzung mit der eigenen beruflichen Entwicklung ist zwar schmerzhaft, offenbart sie in erster Linie die Verhaltens- und Überlebensmuster. Aufrichtige Erkenntnisschritte sind jedoch segensreich für die Berufsarbeit. Was viele überhaupt nicht gerne hören oder lesen wollen: Scheitern, Niederlagen sind Bestandteile auf dem Weg zum eigenen Sinn. Wie wir später sehen, sind die Erfahrung des fehlenden Sinns, die Auseinandersetzung und die anschließende Versöhnung von großer Bedeutung.

Es brauchte notwendige Krisen, um den Sinn stark genug zu vermissen. In einer Zeit wachsenden Wohlstands und genialer betrieblicher Infrastruktur, entstand in mir jene Form von Sinnleere, die bei Langeweile und fehlgeleiteter Arbeitsenergie auftritt. Experten bezeichnen diese Form von Sinnkrise als Boreout². Unstrittig ist, dass Unglück und Unzufriedenheit am Arbeitsplatz mit fehlgeleiteten Energien einhergehen. Symptome des Bore-out sind denen des Burnout durchaus ähnlich. Emotionen der Niedergeschlagenheit und Verbitterung, ergänzt um körperliche Erschöpfungszustände, ließen mich an ein Burnout denken. Jahrelang klopfte der Sinn an. Ohne das Anklopfen meiner Seele, in Phasen schmerzhaft und unangenehm, hätte ich mein Erbe nicht erkannt, geschweige angetreten. Mein Auftrag war es, die Sinnleere zu erkennen, zu benennen und sich mit ihnen auseinanderzusetzen. Als ich nicht mehr nur den Ruf hörte, sondern ihn verstand, konnte ich antworten. Ich reaktivierte das innere Kind und erlaubte mir die Rückkehr zu Bereichen, die mich in früheren Jahren meines Lebens faszinierten. Neben meiner Aufgabe als Fachmanager begann ich ein nebenberufliches Studium. Ich begleitete notleidende Menschen ehrenamtlich, schrieb eine schriftliche Hausarbeit zur Nachfolge und Umkehr. Aus einem formulierten Glaubenssatz entstand mein Slogan, der noch heute für mich gilt: „Die Sinn- und Berufsfrage ist die Kardinalfrage!“

Wie ein Bildhauer der wegklopft, was nicht zur Skulptur gehört, klopfte ich in darauffolgenden Jahren weg, was nicht mehr zu meiner Vision von geglücktem Berufsleben passt. Durch meine praktische Arbeit mit Menschen in der Veränderung entwickelte sich der Ansatz Work-Life-Sense. Viele Aus- und Fortbildungen haben mir dabei geholfen, die innere Erkenntnis mit den äußeren Notwendigkeiten zu verknüpfen. Der Sinn ist dabei ein sehr dynamischer Begriff, da ich wie jeder Mensch ein lernendes Wesen bin.

¹ Vgl. Guido Ernst Hannig: Lebe deine wirkliche Berufung. Der spirituelle Weg, Silberschnur 2010

² Vgl. Philippe Rothlin/Peter R. Werder: Die Boreout-Falle. Wie Unternehmen Langeweile und Leerlauf vermeiden, Redline Wirtschaft 2009

Der Sinn und Zweck des E-Book

Sie gehen vielleicht davon aus, dass dieses E-Book eine Werbebroschüre darstellt. Sie denken, dass hier ein Ansatz oder eine Methode vorgestellt wird, die Sie für Geld erwerben können. Schließlich verbindet Ihr Autor mit seinem Schreiben einen beruflichen Zweck, stellt Ihnen seine Methode vor.

Doch mit diesem E-Book habe ich noch etwas anderes im Sinn. Meiner Erfahrung nach ist der Sinn nämlich nicht leicht verdaulich. Manch einer versucht, der Sinnkrise auf radikale Weise zu begegnen und scheitert auf ganzer Linie. Andere haben den radikalen Weg gesucht und mit Erfolg realisiert. Sie animieren dazu, es ihnen gleichzutun. Meiner Ansicht nach sind die wenigsten unter uns Menschen als radikale Aussteiger berufen. Zu dieser Einsicht kam ich vor mehr als 10 Jahren als ich den Jakobsweg ging. Die Menschen schauten noch irritiert. Damals war der Jakobsweg noch nicht in aller Munde. Erst später durch den Erfolgsautor Kerkeling wurde der Pilgerweg in Deutschland immer bekannter. Pilgertouren waren zur damaligen Zeit noch etwas für radikale Aussteiger, fromme Büsser oder kirchentreue Wanderer. Heute nutzen den Weg zunehmend Sinnsuchende, die mit Hilfe einer bewegten – und zeitlich begrenzten Auszeit Antworten auf Ihre inneren Fragen suchen.

An eigenem Leib, Seele und Geist erfahren, möchte ich den sinnvollen Gehalt einer Pilgerschaft unterstreichen. Was ist aber mit dem Bewegungsfaulen? Braucht es Tränen und Blasen an den Füßen, um den richtigen Kompass für ein geglücktes Berufsleben zu nutzen? Alle Skeptischen finden Erleichterung: Mit Pilgerschaft wird symbolhaft die Zeit, der Raum und die Beziehung verbunden, die es für eine Neuorientierung braucht. Pilgerschaft führt nicht zwingend zu einem Fußweg, schon gar nicht zu einem Pilgerweg nach Spanien. Der Pilgerweg unterstreicht die Konsequenzen, die aus dem Vorhaben resultieren. Der von mir entwickelte Sinn-Kompass wendet sich Ihrem Weg zum Glück zu. Gleichzeitig macht er die Konsequenzen ein Stück weit deutlich. Für diesen Weg der Auseinandersetzung, Sinnfindung und Neuorientierung brauchen wir Auszeiten, eine innere Ausrichtung und Beziehungen zu Menschen, die uns dabei unterstützen.

Wer jemals sportlich auf einem Weg unterwegs war, wird bestätigen, wie wichtig dabei Vorbereitung und Training ist. Bevor ich mich auf den Jakobsweg machte, riet mir mein Arzt die Stärkung der Bein- und Rückenmuskulatur. So war mit dem Laufen ein vorheriges monatelanges Fitnessprogramm verbunden. Langsam und schrittweise vollzog sich die Veränderung, bereits vor der eigentlichen Pilgerschaft. Und so möchte ich Ihnen mit dem E-Book kleine Schritte an Herz legen, die Sie aus der Komfortzone herausführen.

Der erste kleine Schritt auf dem Weg zu mehr Sinn und Glück erfordert nur wenig Zeit. Lesen Sie die Lektüre, kauen Sie ein Stück weit die Worte auf ihren Spazierwegen. Legen sich ein Tagebuch an. Sie spüren hinein in Ihre Antworten. Am Ende des E-Books haben Sie die Möglichkeit, eine Standortbestimmung vorzunehmen. Das ist ein Test, den Sie auch in meinem Buch machen können.³ Mit der Nähe zum Thema werden Sie überlegen, ob Sie mit einem Praxisbuch weiter und tiefer gehen wollen. Vielleicht sind Sie irgendwann bereit, an einem Einzel- oder Kleinworkshop teilzunehmen. Dann sind Sie schon gut vorbereitet, sozusagen trainiert und Ihr Geld ist gut investiert. Und sollten Sie es befürchten: Ja - Es gibt erfolgreiche Unternehmer sowie Fach- und Führungskräfte, die ich auf Ihrem Weg über einen sehr langen Zeitraum unterstützt habe. Doch auch sie haben mit dem ersten kleinen Schritt begonnen.

³ Vgl. Guido Ernst Hannig: JA! Es gibt den Job der wirklich zu mir passt, Silberschnur 2015

Das Glück ruft

Was bedeutet für Sie Berufung? Wie definieren Sie für sich Erfolg? Wie Sie es bereits gelesen haben, können Sie dies nur selbst herausfinden. Es braucht dazu eine gehörige Portion Selbsterkenntnis und den Willen zur Selbstverwirklichung. Alle berufenen und zugleich erfolgreichen Berufstätigen haben gemeinsam, dass Sie sich mit ihrer Arbeit glücklich fühlen. Glück ist Gefühl und Denken, was sich im Gelingen zeigt. Die Quelle des Glücks liegt in Ihrem Inneren. Glück wird erfahren durch gelingendes Tun.

Wer sein Glück kennt, kann es finden. Glück ist keine Glückssache. Glück ist ein Geheimnis, dem Sie auf die Spur kommen können. Sie sind derart einzigartig, dass kein Experte der Welt Ihnen sagen kann, wer Sie sind und wozu Sie überhaupt hier sind. Doch Sie können es. Die Suche nach Ihrem Wesenskern, das Heben des inneren Schatzes und schlussendlich die Umsetzung Ihres Seelenplanes in die Praxis wird Sie glücklich machen.

Der Autor und Jesuit Karl Frielingsdorf formuliert zwei Ausrichtungen des Glücks.⁴ Weil sie meist getrennt in den Blick genommen werden (auch in der Beratungspraxis), kommt der Suchende selten zu einem ganzheitlichen Glück. Die persönlich-berufliche Vision erzeugt dann nachhaltiges Glück, wenn beide Aussagen simultan Berücksichtigung finden:

- Glücksaussage A: „Glücklich lebt, wer hat, was er will.“
- Glücksaussage B: „Glücklich lebt, wer will, was er hat.“

Die Glücksaussage A dominiert das natürliche Bedürfnis nach Selbstverwirklichung. Der Wille zur Handlung folgt dem inneren Motiv. Im Motiv verbindet sich das Gefühl mit dem entsprechenden Gedanken. Die individuelle Motivationsstruktur ist entscheidend für die Frage, was der Mensch wirklich will. Die äußere Tat folgt der inneren Bewegung. Intrinsisch ist ein Motiv dann, wenn der Mensch ohne äußere Beeinflussung oder Anreiz aktiv wird. Wenn Sie etwas tun, was Sie zutiefst bewegt, fühlen Sie sich glücklich. So fühlt sich der Künstler und Musiker bei der Komposition eines Stückes glücklich, weil er ein natürliches Bedürfnis nach Harmonie hat. Harmonie ist eine Antriebskraft für so manchen Klangkünstler. Ein Glücksgefühl kann sich im Arbeitsleben dieses Musikers einstellen, wenn es dem Künstler gelingt, den Willen in eine erfolgreiche Handlung umzusetzen. Glück ist also mit dem Gelingen verbunden. Sein Harmoniebedürfnis kann dabei wesentlicher sein als Geld und Status.

Die Glücksaussage B ergänzt um die vertiefende Selbsterkenntnis. Denn lassen wir uns einzig von Motiven leiten, benötigen wir immer neues Gelingen. Ohne Demut und Dankbarkeit für das erkannte Selbst, fehlt es irgendwann an der Wertschätzung für den glücksbringenden Moment. Eine Abhängigkeit von der Erfüllung im Außen lässt ein natürliches Motiv zur Prämie werden. Doch das Bewusstsein für den eigenen Wesenskern, das klare Ja sowohl zu Licht- und Schattenseiten, ermöglicht Lösung und Erlösung. Erst wem es gelingt innezuhalten, im Tal zu verweilen und zu schauen, was wirklich beständig und wertvoll ist, wird den wirklichen Pfad nach oben wählen. Es geht also bei dieser Ausrichtung von Glück nicht einzig um die Schokoladenseite. Die Glücksaussage B alleine betrachtet wird jedoch schnell zur esoterischen Nabelschau, wenn kein Plan zur Verwirklichung folgt. Work-Life-Sense betont die Berücksichtigung des „sowohl-als auch“.

⁴ Vgl. Karl Frielingsdorf: Vom Überleben zum Leben, S. 15 ff., Grünewald 2008

Work-Life-Sense

Ein Berufsleben ist sinnhaft, wenn es Nahrung für dieses irdische Leben und für die unsterbliche Seele ermöglicht. Ein Berufsleben ist sinnstiftend, wenn der Berufstätige Mitverantwortung für diese Welt übernimmt. Somit ist ein Beruf auf Dauer nur sinnvoll, wenn er zugleich Seele, Geist und Körper nährt. Wird nur einer der drei Komponenten genährt, können wir von Vergnügen, geistlicher Übung oder Brot-Job sprechen. Je nach Motivationsstruktur und Selbstbewusstsein können wir die Bereiche eine gewisse Weile voneinander trennen. Mitunter gelingt es, die Berufung in der Weise zu leben, dass private Lebensumstände und Beruf aufeinander gut abgestimmt werden können. Doch wollen wir sichergehen und nachhaltig etwas für das Arbeitsglück unternehmen, sollte sich die Sinnfindung auf alle drei Komponenten beziehen. Werden alle drei Komponenten in einem Beruf annähernd berücksichtigt, können wir wirklich von einer gelebten Berufung ausgehen. Eine Berufung ist somit ein ganzheitlicher Auftrag. Der Berufene hat das Ziel mit Hilfe der Arbeitsleistung gleichermaßen Glück, Gesundheit und Wohlstand zu erzeugen. Genau diesen Anspruch erhebt Work-Life-Sense. Genau diese drei gleichwertigen Fragen stellt Work-Life-Sense:

- W = Dient die Arbeit der Erfüllung Deiner persönlichen Bedürfnisse?
- L = Entwickelst Du mit Deiner Arbeit Lebenskraft und Lebendigkeit?
- S = Wirkt Deine Aktivität für Dich, andere und das Universale sinnstiftend?

W=Work=Bedürfniserfüllung

Work steht für das Bedürfnis nach Nahrung, Fülle und Wohlstand. Wohlstand ist ein natürliches Bedürfnis. Jeder Mensch hat Grundbedürfnisse, soziale – und individuelle Bedürfnisse. Menschen gehen einer Beschäftigung nach, tauschen ihre Waren und Dienstleistungen, um Bedürfnisse erfüllen zu können.

L=Life=Lebendigkeit

Life steht für die Lebendigkeit und den Bewegungstrieb des Menschen. Es ist naturgegeben, dass Menschen mit Hilfe von Arbeit das Leben erhalten, fördern und gestalten. Arbeit selbst spendet Lebenskraft. Durch die Schöpferkraft im Menschen stiftet gesunde Arbeit Sinn. Zugleich erhält Arbeit die Gesundheit und Vitalität des Menschen.

S=Sense=Sinn

Sense steht für Sinnorientierung, weil jeder Mensch Zugang zu einer tieferen Energie hat. Somit arbeitet ein Mensch für und mit anderen Menschen, weil er dadurch Liebe und Freude erfahren möchte. Das Leben des Menschen drückt sich sinnhaft aus, wenn die eigenen Werte, Motive und Talente im Arbeitsleben zum Ausdruck kommen können.

An diesen drei Komponenten ausgerichtet realisieren Sie die sinnhafte berufliche Neuorientierung in drei Phasen.

Drei Phasen der beruflichen Neuorientierung

Erste Phase: Die Auseinandersetzung

Im menschlichen Leben gibt es Phasen, in denen die Frage nach dem Sinn des Lebens besonders häufig aufbricht. Der bisherige Beruf wird als sinnlos und wertlos empfunden. Berufliche Krisen können bedrohliche Züge annehmen, wenn wir uns nicht ausreichend mit der Situation auseinandersetzen. So war beispielsweise Adam (55) als Mitglied der Geschäftsleitung tätig, als sich seine „Sinnkrise“ in Form eines Burnouts bemerkbar machte. Trotz Wohlstand und Erfolg fühlte er sich plötzlich unerfüllt und antriebslos. Manchmal drückte er seine tiefe Unzufriedenheit auch im Privatleben aus. Als es ihm besonders schlecht ging, nahm er dankbar das Angebot des Unternehmensinhabers an und startete mit einer 6-monatigen Auszeit: „Es dauerte Wochen, bis in mir der Entschluss reifte, die Gestaltung meines halben Sabbatjahres neu zu überdenken. Ich hatte die Zeit zur Erholung und Freizeitgestaltung genutzt. Nach sechs Wochen drängten sich Fragen auf: War das denn schon alles, was ich bisher im Job bewegte? Habe ich mit meiner Arbeit Wesentliches beigetragen? Etwas in mir forderte die Auseinandersetzung mit dem Sinnbezug. Welche Verbindung hatte ich zum Sinn während ich mehr als mein halbes Leben den Beruf widmete. Die Bereitschaft zum ehrlichen Erkennen und Bekennen wurde meinem Wendepunkt. In der Vergangenheit hatte ich die Stimme meiner Seele gut unter Verschluss gehalten. Nun aber hatte die Auszeit, sicher ausgelöst durch die Freiräume für Sport und Musik, mein Herz dazu geöffnet. Während ich im Business stets abwehrbereit war, wenn sich Mitarbeiter mit Tiefsinn und Emotion zeigten, öffnete ich jetzt meinen eigenen Zweifeln. Über diese Zweifel hatte ich vorher nicht gesprochen und darüber, dass ich schon lange unter Einschlafstörungen litt. Da ich sehr abhängig von der Resonanz im Außen gewesen war, nagte es an meinem Selbstwertgefühl, dass in den letzten Jahren die Wertschätzung des Geschäftsführers für mich und meine Leistungen nachließ.“

Die Sehnsucht nach dem Sinn wird bei berufstätigen Menschen meist in den Situationen größer, die ohne Ausweg erscheinen. Wir sprechen hier häufig von der Sackgasse oder einer Treitmühle. Die Sinnleere hilft uns aber erst, eine Ahnung über den möglichen beruflichen Sinn zu erhalten. Auch historische Vorbilder spürten diese Sinnleere als sie scheinbar komplett in ihren äußeren Umständen stecken blieben. In Wirklichkeit resultiert gerade der persönliche Magnetismus dieser Menschen aus dem Umstand, dass sie ganz menschlich die Facetten ihres EGO erkannt – und benannt haben. So gehört zu der ersten Auszeitphase die Auseinandersetzung mit den eigenen EGO-Fallen. Erfolgsgier, übergroße Eitelkeit, Machthunger bis hin zur Wortgewalt gegenüber seinen Mitarbeitern identifizierte Adam als Fallen eines kleinen ICH. Die Wurzelbarrieren zu erkennen und zu benennen braucht Zeit und Mut. Es ist wie ein Besuch im Schattenland. Menschen kommen zu einem anderen Bewusstsein, treten ein in eine Phase seelischen Wachstums, wenn sie sich absichtlich in die Konfrontation mit diesen Barrieren einlassen, sagt Richard Rohr. Das Lebenswerk des berühmten Franziskanerpaters und Autors betrachte ich für mich als grundlegend in der Arbeit mit Menschen in der Neuorientierungsphase: So konnte ich in der von Rohr gegründeten Männerarbeit erleben, welche befreiende Wirkung die Wahrheit hat, wenn eigene Fehler zunächst einmal erkannt und ausgesprochen werden. „Man kann nicht heilen, was man nicht anerkennt.“⁵ Die Auseinandersetzung mit dem EGO, die Bewältigung der Situation ist Ausgangspunkt für eine berufliche Auszeit, die zu einem sinnhaften Neustart führen kann. Möglicherweise ist die Auseinandersetzung mit dem falschen Selbst, den Rohr in vielen seiner Werke betont, für den modernen Berufstätigen irreführend. Denn nichts ist

⁵ Vgl. Richard Rohr: Zwölf Schritte der Heilung, Seite 24, Herder

falsch an Erfolg, Wohlstand oder Gestaltungswünschen. Doch die unbewusst vollzogene Trennung vom Wesentlichen löst für den Betroffenen immer häufiger diffuse Gefühle von Entfremdung aus. Die als unerklärlich empfundene Sinnenleerung wird nun klar: Das Leiden im Berufsleben entsteht durch Entfremdung. Entfremdung fördert ein Unbehagen, sich von der natürlichen Energiequelle des Lebens abgeschnitten zu fühlen. Das dauerhafte Abspalten vom Wesenskern, bedingt durch ein gefühltes sinnentleertes Handeln, betrachte ich als ursächlich für die Sinnkrisen in der Berufswelt. Dies vom Betroffenen zu erkennen, auszusprechen und annehmen zu lernen, hat das Ziel, sich selbst und anderen vergeben zu können. Vergebung erzeugt Lebenskraft in Form einer tiefen Freude, die die nächste Phase ermöglicht.

Zweite Phase: Die Sinnfindung

Dies zentrale Frage im Sinnfindungsprozess lautet: „Wer bin ich?“ Und eine konstruktiv gestaltete Auszeit ist wie ein Gefäß, in das Antworten der Sinnstiftung fallen können. Die Grenzsituation, die Adam mit seinem Burnout durchlebte, war Anlass für sein Umdenken und wurde zur Basis für den Heilungsprozess. Erst jetzt konnte er seinen Wesenskern erkennen. Und dieser Erkenntnisprozess ist nicht nur ein Denkprozess als Sinnsuche. Erst die Fähigkeit, ein gutes Gefühl einzuladen, führt zur Sinnfindung. Der Sinn ist der Wesenskern in jedem Menschen. Dieser Wesenskern ist überhaupt erst die Voraussetzung für das Finden der eigenen Berufung. Das wachsende Gefühl der Freude, die sich in Adam in Form von Schöpferenergie meldete, entstand durch die liebevolle Zuwendung zum Selbst. Das wahre Selbst oder die Wirklichkeit im Menschen ist die entscheidende Triebkraft für den sinnorientierten Neustart. „Mit einem JA zu meiner Seele setzte ich den Prozess der Selbsterkenntnis in Gang. Sinn muss fortan im Beruf an vorderster Stelle stehen. Meinen Beruf möchte ich lieben“, sagte Adam. Adam spürte keimhaft, dass dabei eine erneuerte Beziehung zu seiner inneren Wirklichkeit hergestellt wird. Ohne das Wissen, dass wir mit ihr bereits verbunden sind, ihr sogar gehören, kann gar kein kraftvoller Visionsprozess in Gang gesetzt werden. Wir plätschern bei der Suche nach neuen Optionen an der Oberfläche von Status, Erfolg und äußeren Kriterien.

Bevor eine sinnvolle Neuausrichtung beginnen kann, braucht es die Begegnung mit dem eigenen Selbst. Die wachsende Selbsterkenntnis führt zu den Wegweisern, die eine tiefe innere Zugehörigkeit erst möglich machen. Hier offenbart sich der Sinn des Lebens. Dieser Sinn fordert nach der Auseinandersetzung den harten Trennungsprozess von den EGO-Anteilen. Hart, weil sich Gewohnheiten, Einsichten und Überlebensmuster nicht so leicht verabschieden lassen. Für Adam gestaltete sich der Übungsprozess im Loslassen als eine Zeit der Entscheidungsvorbereitung: „Obwohl ich das klare Ziel noch nicht vor Augen hatte, fragte ich mich: Bin ich bereit, auf die Prämien der EGO-Kultur zu verzichten? Werde ich wie der Liebende, der für die Angebetete seine Komfortzone verlässt, die harte Seite meiner Berufung annehmen können? Heißt mutig sein, für eine ethische Neuausrichtung gegen den Strom zu schwimmen? Werde ich zukünftige in Leitungssitzungen auf neue und ungewohnte Vorschläge setzen?“ Diese Phase der Auszeit ist geprägt von Übungen des Loslassens und Einlassens. Ein Weizenkorn muss zur Erde fallen und sterben, bevor es große Frucht bringt. (Joh 12,24) Ohne die anstrengende Trennungsarbeit bleiben wir wachweich. Zwar können wir eine Berufung identifizieren, uns sozusagen in eine attraktive Jobalternative verlieben. Aber in der Regel ist es eine unreife Liebe. Unreif deshalb, weil sie nicht das Leiden kennt, das aus einer Veränderungsarbeit für den Sinn notwendig wird.

Adam hingegen nutzte diese Zeit der inneren Zuwendung. Es war wie eine Art Initiation, die sowohl ein Sterben als auch ein Neuwerden beinhaltet. Die Entscheidung für den Sinn ist aber

kein Akt von Selbstsucht oder Selbstaufgabe in dieser Welt. Ganz im Gegenteil wird es jetzt möglich, Einstellungen und Verhaltensweisen der Dankbarkeit ins Leben zu rufen. Dadurch wird das Gefühl von Verbundenheit zu allem Lebendigen gestärkt. Es entsteht eine schöpferische Verantwortung für diese eine Welt. Die zu dieser Phase gehörende Übungskultur des Dankens ermöglicht erst das Unwesentliche dauerhaft loszulassen. „In der Auszeit pflegte ich eine kontemplative Praxis, die mich von innen heraus änderte. Mein Herz füllte sich mit Frohsinn und Wärme durch das, wofür ich wirklich dankbar bin. Gleichzeitig gelang es mir, mein EGO-zentriertes Denken ein Stück weit aufzugeben.“

Eine regelmäßig angewandte Meditationspraxis ist spätestens in dieser Auszeitphase von großer Relevanz. Sie ist der Schlüssel für die Selbsterkenntnis, die wir später bei der Erkenntnis der Berufung benötigen. Der Sinn entsteht durch das Bewusstsein im Augenblick, durch das Denken und Handeln im JETZT. Eine der größten Herausforderungen unseres Lebens ist deshalb ein geistiges Trainingsprogramm. Eines, das auch vor Werkhallen und Büroräumen nicht haltmachen darf. Der Geist ist die Ursache für alles Sichtbare.

Dritte Phase: Die Neuorientierung

In der dritten Auszeitphase ist das JA zum Wesenskern mit der Erkenntnis verbunden, dass sich fortan die Liebe stärker im beruflichen Tun ausdrücken will. Die Seele meldet sich über das Gefühl der Freude. Menschen sind Geschöpfe, die mit Freude erschaffen können. Für Adam stand fest, dass er mit seiner Arbeit wieder Zugehörigkeitsinn erfahren möchte. Das Erkennen der Berufung, das Entwickeln einer Idee bis hin zum Formulieren eines Erneuerungskonzepts für die Rückkehr – für das Einsteigen - kann sowohl den Wesenskern als auch die praktischen wirtschaftlichen Bedürfnisse berücksichtigen.

Berufungs- und Visionsarbeit verfolgen das Ziel, den Berufstätigen in der Neuorientierung mit der eigenen natürlichen Identität zu verbinden. Lebensmotive, Stärken, Interessen weisen dann auf ein kraftvolles Ziel, wenn der Dreiklang des Sinns zu hören ist: Selbstliebe, Nächstenliebe und universale Liebe. Auf dieser Grundlage entstehen Bilder einer anziehenden beruflichen Zukunft. Sie können durchaus auch die bisherigen Glaubenssätze überwinden helfen. Nach der gläubigen Erkenntnis der eigenen Berufung, werden Ideen für die Umsetzung entwickelt. Die kreative Schöpferphase für ein berufliches – oder sogar unternehmerisches Angebot findet in der letzten Phase einer Auszeit den Abschluss in seiner Innovations- und Konzeptarbeit. Für Adam war klar, dass seine persönliche-berufliche Lebensaussage ihn zu seiner Geschäftsführungsposition zurückführen würde. Ihm wurde bewusst, dass sich seine Einstellung zu den Fragen der Nachhaltigkeit und Ethik nun auch praktisch stellen werden. Er fühlte sich inspiriert, neue Ideen und Führungsimpulse mit dem Inhaber des Unternehmens zu besprechen. Da die Werte des Unternehmens mit seinem persönlichen Sinn übereinstimmten, betrachtete er den Neuanfang als eine Chance des Herzens und des Verstandes. Mit Hilfe der Experten aus Psychologie, Medizin und Gesundheitsmanagement fühlte er sich stark genug für die Rückkehr.

Die entscheidende Frage in der Sinnfindung und sinnorientierten Neuausrichtung lautet: „Wer bin ich?“ Und die tiefe Erkenntnis lautet: Sie sind mit einer Goldmine beschenkt, die bereits in Ihrem Herzen ist. Das ist der eigentliche Sinn einer Auszeit. Wir fühlen uns wieder dem Universum zugehörig und erlauben uns das ins Leben zu bringen, was für uns Freude und Liebe bedeutet. Dazu ist es nie zu spät! Wie auch schon George Eliot bemerkte: „Es ist nie zu spät, das zu werden, was wir sind.“

Was motiviert Sie wirklich?

Dreh- und Angelpunkt ist somit der tiefe Sinn, der sich mit Ihrer Berufung zeigt. Und daher gehen wir in diesem kleinen E-Book einen wichtigen Schritt in Richtung Selbsterkenntnis. Diese folgende Test Ihrer Motivationsstruktur ist Bestandteil des Workshops WLS Sinn-Kompass. Sie haben somit jetzt die Möglichkeit zu schauen, ob Ihnen diese Form von innerer Arbeit zusagt. Sie werden dabei bemerken, dass Ihr Pilgerweg Ihnen schon jetzt eine Menge abverlangen wird. Dieser Test wird Sie ca. 30 Minuten kosten. Sie benötigen Ruhe und die Offenheit für Ihre natürliche – intrinsische Motivation! Das ist wichtig für den Start Ihrer Entdeckungsreise.

Um Zugang zu Ihren Motiven zu bekommen, müssen Sie in eine innere Bewegung kommen. Und diese Bewegung geht nicht ohne die **Emotion**. Immer, wenn wir motiviert sind, entstehen Gefühle. Im Wort Emotion steckt das lateinische Wort *motio*, was Bewegung bedeutet. Deshalb verfolge ich das Motto:

„Beweg Dich, dann bewegt sich was!“

Was sollten Sie bei dem Test beachten?

Die Fragen scheinen auf den ersten Blick recht einfach. Aber es geht bei der Beantwortung der Fragen darum, einen guten Kontakt zu den eigenen Gefühlen herzustellen. Der Test erzeugt nur stimmige Ergebnisse, wenn Sie ihn bewusst durchführen und Zugang zu Ihren Gefühlen finden.

Nehmen Sie den Blick auf Ihr ganzes bisheriges Leben. Sollten Sie aktuell in einer Krise sein, so versuchen Sie dennoch die Frage nicht aus dem Blickwinkel der Krise zu beantworten. Gehen Sie jeden Typ hintereinander durch, beantworten Sie die 8 Fragen und addieren dann die Punktzahl für den Typ. Erst nach dem Sie die Gesamtpunktzahl für jeden einzelnen Typen addiert haben, gehen Sie bitte zur Auswertung des Tests.

Bei der abschließenden Auswertung werden Ihnen Lebensmotive vorgestellt, die zu Ihren ersten vier Typen besonders gut passen. So werden Sie die ersten vier Lebensmotive erkennen und sich die Frage beantworten können, ob Sie eine Verbindung zu Ihrer augenblicklichen Aufgabe spüren. Dann können Sie die Entdeckungsreise fortsetzen.

Wie beantworten Sie jede einzelne Frage?

Neben wir als Beispiel die erste Frage beim Typ A. Versuchen Sie zuerst die Frage in derart zu beantworten, ob die Aussage überhaupt von Ihnen oft, selten oder niemals getroffen wird. Im Anschluss überlegen Sie auch, ob Sie mit dieser Aussage ein Gefühl verbinden können.

Die erste Frage beim Typ A lautet:

„Bei grundlegenden Entscheidungen orientiere ich mich an Vernunft und Gewissen.“

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

- (1) „Diese Aussage kommt wohl kaum von mir. Ich stimme dem nicht zu. Äußert ein Mensch diese Sichtweise, kann ich mich dafür nicht erwärmen.“
- (2) „Diese Aussage habe ich bisher nicht oder selten gemacht. Im Großen und Ganzen stehe ich dem gleichgültig gegenüber.“
- (3) „Diese Aussage habe ich bisher nicht oder selten gemacht. Aber ich kann das gut verstehen und eine gewisse Sympathie kann ich dem schenken.“
- (4) „Diese Aussage kommt bei mir schon vor. Doch im Großen und Ganzen ist das für mich die Sache von geringer Relevanz.“
- (5) „Diese Aussage habe ich schon oft getätigt. Je nach Situation finde ich das für mich wichtig. Ein Gefühl der Dankbarkeit entsteht mitunter.“
- (6) „Diese Aussage kann durchaus von mir sein. In vielen Fällen ist mir das Thema sehr wichtig. Ja das Gefühl der Dankbarkeit entsteht!“

Beantworten Sie in dieser bei jedem der folgenden 9 Persönlichkeitstypen die entsprechenden Fragen!

TYP A

Ist nicht gegeben / keine positiven Gefühle	1
Ist selten gegeben / gleichgültige Gefühle	2
ist selten gegeben / positive Gefühle	3
ist gegeben / gleichgültige Gefühle	4
ist häufiger gegeben / meist positive Gefühle	5
ist sehr häufig gegeben / positive Gefühle	6

1. Bei grundlegenden Entscheidungen orientiere ich mich an Vernunft und Gewissen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

2. Unvergängliche Prinzipien wie Gerechtigkeit, Wahrhaftigkeit oder Fairness haben für mich einen zentralen Stellenwert.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

3. Meine Aktivitäten orientieren sich an Werten. Deshalb ist es notwendig, auch mal gegen den Strom zu schwimmen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

4. Bei Fragen zu Recht und Moral kann mich schon mal richtig der Eifer packen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

5. Meine Freunde schätzen an mir meine Ernsthaftigkeit und meine ethische Ausrichtung.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

6. Mein Wertesystem dient mir als wichtiger Wegweiser und Kompass für meine Entscheidungen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

7. Das Bewusstsein für meine eigenen Prinzipien ist mir sehr wichtig.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

8. Ich fühle mich humanen Regeln verpflichtet und setze mich dafür ein. Die Vorteile sind von nachhaltiger Natur.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Die Summe für den Typ A	
--------------------------------	--

TYP B

Ist nicht gegeben / keine positiven Gefühle	1
Ist selten gegeben / gleichgültige Gefühle	2
ist selten gegeben / positive Gefühle	3
ist gegeben / gleichgültige Gefühle	4
ist häufiger gegeben / meist positive Gefühle	5
ist sehr häufig gegeben / positive Gefühle	6

1. Ich schließe schnell Kontakt und behalte meine Kontakte gut im Blick.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

2. Im Umgang mit Menschen bin ich sehr einfühlsam und achtsam.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

3. Mit Ermutigung und Wertschätzung gehe ich großzügig um.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

4. Menschen schenken mir gerne und oft ihr Vertrauen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

5. Ich verbringe sehr viel Zeit mit Freunden, Bekannten und sozialen Aktivitäten.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

6. Mir geht es dann gut und ich fühle mich bestätigt, wenn mich Menschen um einen Rat bitten.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

7. Mit Fehlern anderer Menschen gehe ich barmherzig und fürsorglich um.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

8. Das Wohlergehen von Menschen liegt mir sehr am Herzen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Die Summe für den Typ B	
--------------------------------	--

TYP C

Ist nicht gegeben / keine positiven Gefühle	1
Ist selten gegeben / gleichgültige Gefühle	2
ist selten gegeben / positive Gefühle	3
ist gegeben / gleichgültige Gefühle	4
ist häufiger gegeben / meist positive Gefühle	5
ist sehr häufig gegeben / positive Gefühle	6

1. Für meine Ziele bin ich häufig bereit, Engagement und Einsatzwillen zu entwickeln.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

2. Auch in meiner Freizeit tausche ich mich gerne über berufliche Fragen aus.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

3. Bei Gesprächen in Gruppen kommt es häufig vor, dass ich im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit stehe.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

4. Ich arbeite auch deshalb viel, weil mir die gesellschaftliche Anerkennung wichtig ist.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

5. Wenn es im Beruf zum Wettbewerb kommt, nehme ich das gerne an und habe eine sportliche Einstellung.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

6. Auf plötzliche Ereignisse reagiere ich in der Regel schnell und ergebnisorientiert.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

7. Ich bin ein gewinnender Typ, weil ich über diplomatisches Geschick und Anpassungsvermögen verfüge.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

8. Das Leben wird nur reicher für mich, wenn ich mich regelmäßig um Fort- und Weiterbildung kümmere.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Die Summe für den Typ C	
--------------------------------	--

TYP D

Ist nicht gegeben / keine positiven Gefühle	1
Ist selten gegeben / gleichgültige Gefühle	2
ist selten gegeben / positive Gefühle	3
ist gegeben / gleichgültige Gefühle	4
ist häufiger gegeben / meist positive Gefühle	5
ist sehr häufig gegeben / positive Gefühle	6

1. Ich bin auf Menschen mit einem inneren Reichtum gespannt. Das ist für mich wertvoller als die Begegnung mit Menschen, die es zu etwas gebracht haben.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

2. Mitunter entsteht der Eindruck, ich könne schnell die Stimmungen erfassen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

3. Ich drücke meine Gefühle gerne kreativ aus. Das ist auch eine Möglichkeit für mich, das Echte und Natürliche des Lebens zu pflegen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

4. Mein Leben ist schon durch eine Sehnsucht und Suche gekennzeichnet.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

5. Wenn ich in Gesprächen Gefühlstiefe und Verbundenheit erfahre, kann mich das richtig glücklich machen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

6. Bei unangemessenem Verhalten kann ich schon mal durch starke Mimik und Gestik reagieren.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

7. Ich erhalte häufiger das Kompliment, ich sei sinnlich und ich hätte einen guten Geschmack.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

8. Ein gewisses Anderssein gehört zu mir. Auch wenn mich das nachdenklich macht, kann ich das manchmal genießen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Die Summe für den Typ D	
--------------------------------	--

TYPE

Ist nicht gegeben / keine positiven Gefühle	1
Ist selten gegeben / gleichgültige Gefühle	2
ist selten gegeben / positive Gefühle	3
ist gegeben / gleichgültige Gefühle	4
ist häufiger gegeben / meist positive Gefühle	5
ist sehr häufig gegeben / positive Gefühle	6

1. In der Zusammenarbeit sind mir eigene fachliche Entwicklungsschritte sehr wichtig.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

2. Auch bei der Chance, eine neue Freundschaft zu gewinnen, wäge ich in aller Ruhe ab und schaue konzentriert hin.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

3. Meine Bildung ist mir wichtig und ich gehe sehr systematisch vor.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

4. Vor einem Treffen verschaffe ich mir zunächst über den Anlass und das Thema einen Überblick.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

5. Bei einem Problem unter Kollegen versuche ich zuerst zu verstehen, welche inhaltlichen Differenzen bestehen und wo die sachliche Lösung zu suchen ist.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

6. Eine Leistungsbeurteilung soll sich mehr an objektiv nachweisbaren Kriterien orientieren.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

7. Probleme löse ich dann, wenn ich die komplexen Zusammenhänge auf das Wesentliche reduzieren kann.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

8. Für meine Arbeit ist mein Energiehaushalt entscheidend. Deshalb lege ich auf einen Ort der Ruhe besonderen Wert.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Die Summe für den Typ E	
--------------------------------	--

TYP F

Ist nicht gegeben / keine positiven Gefühle	1
Ist selten gegeben / gleichgültige Gefühle	2
ist selten gegeben / positive Gefühle	3
ist gegeben / gleichgültige Gefühle	4
ist häufiger gegeben / meist positive Gefühle	5
ist sehr häufig gegeben / positive Gefühle	6

1. Bevor ich eine gravierende Änderung in meinem Leben vornehme, hole ich mir lieber zuerst einen vertraulichen Rat.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

2. Menschliche Verbindungen pflege ich mit einem hohen Maß an Pflichtbewusstsein.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

3. Ich bevorzuge Risikovorsorge und Rücklagenbildung. Das unterstreicht mein verantwortliches Handeln.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

4. Bei meiner Arbeit ist mir Genauigkeit und Gewissenhaftigkeit wichtig.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

5. Meine Verlässlichkeit und Loyalität wird mir als besonderes Gütesiegel gespiegelt.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

6. Wenn in meinem Team der Geist des Vertrauens herrscht, kann jeder mit meiner anhaltenden Treue rechnen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

7. Die Nähe zu meiner Heimat liegt mir am Herzen. Mitunter gelte ich als bodenständig.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

8. Vor einer neuen Aufgabe plane ich gerne die inhaltlichen – und zeitlichen Details.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Die Summe für den Typ F	
--------------------------------	--

TYP G

Ist nicht gegeben / keine positiven Gefühle	1
Ist selten gegeben / gleichgültige Gefühle	2
ist selten gegeben / positive Gefühle	3
ist gegeben / gleichgültige Gefühle	4
ist häufiger gegeben / meist positive Gefühle	5
ist sehr häufig gegeben / positive Gefühle	6

1. Eine Gemeinschaft kann von meiner erfrischenden Art profitieren.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

2. Das Leben ist farbig. Deshalb suche ich eher die Abwechslung.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

3. Ich betrachte das Leben als ein Fest. Deshalb möchte ich auch meiner Arbeit viel Begeisterung abgewinnen können.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

4. Lebendige Erfahrungen sind mir wichtig. Ein Wagnis oder ein Abenteuer gehe ich gerne ein.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

5. Mich bezeichnet man eher als Generalist. Denn ich genieße ein Arbeitsgebiet, wenn ich dort Vielfalt antreffe.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

6. Wird viel in meiner Tätigkeit zur Routine, denke ich recht schnell über einen Wechsel nach.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

7. Zum Arbeitsleben gehört auch Spaß. Ich akzeptiere, dass es gefährlich werden kann.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

8. Meine gesellige Art kann dazu führen, dass ich relativ schnell einen Kollegen von der privaten Seite kennenlerne.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Die Summe für den Typ G	
--------------------------------	--

TYP H

Ist nicht gegeben / keine positiven Gefühle	1
Ist selten gegeben / gleichgültige Gefühle	2
ist selten gegeben / positive Gefühle	3
ist gegeben / gleichgültige Gefühle	4
ist häufiger gegeben / meist positive Gefühle	5
ist sehr häufig gegeben / positive Gefühle	6

1. Selbst in Konflikten bleibe ich sicher, standhaft und durchsetzungsstark.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

2. Begegnet mir jemand mit unangemessenem Fehlverhalten, verschaffe ich mir schnell Respekt.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

3. In Verhandlungen fühle ich mich meist gut. Denn ich verhalte mich souverän und kann mit Argumenten überzeugen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

4. Wagt niemand im Team die Klärung, zeige ich Zivilcourage und spreche auch Unangenehmes an.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

5. Ich gelte als Offensivkraft. Es kommt eher häufig vor, dass man mir die Führungsaufgabe im Team anträgt.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

6. Meistens bin ich von Menschen und Umständen gerne unabhängig. Das gibt mir den besten Gestaltungsspielraum.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

7. In der Regel habe ich es gerne, wenn ich die Richtlinien und Vorgaben selbst geben kann.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

8. Damit die notwendigen Vorgaben auch umgesetzt werden, nehme ich selbstverständlich auch Einfluss auf Menschen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Die Summe für den Typ H	
--------------------------------	--

TYP I

Ist nicht gegeben / keine positiven Gefühle	1
Ist selten gegeben / gleichgültige Gefühle	2
ist selten gegeben / positive Gefühle	3
ist gegeben / gleichgültige Gefühle	4
ist häufiger gegeben / meist positive Gefühle	5
ist sehr häufig gegeben / positive Gefühle	6

1. Menschen schätzen mich wegen meiner Freundlichkeit und Güte.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

2. Immer wieder schaue ich nach Orten und Situationen, in denen ich zufrieden und ausgeglichen sein kann.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

3. Selbst in kontroversen Diskussionen achte ich darauf: Rücksichtnahme und Kompromissbereitschaft sollten in einem guten Team herrschen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

4. Für meinen Energiehaushalt benötige ich unbedingt eine Gemeinschaft, in der ich mich geborgen fühlen kann.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

5. Häufig hilft meine friedliche und gelassene Ausstrahlung bei der Konsensfindung im Team.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

6. Neuen Kollegen helfe ich gerne den Anschluss an die Gemeinschaft zu bekommen.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

7. Meine Offenheit und Vertrauenswürdigkeit kann für hitzige Gemüter wie ein Katalysator wirken.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

8. Das soziale Klima ist aus meiner Sicht die Grundlage. Auf dieser Basis lassen sich viele schwere Aufgaben schultern.

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Die Summe für den Typ I	
--------------------------------	--

Technische Auswertung

1. Schritt:

Addieren Sie die jeweiligen Punktzahlen der 9 Typen und übertragen Sie diese in die folgende Tabelle. Sie erkennen, dass Sie bei einigen Typen nur eine geringe Punktzahl erreicht haben. Notieren Sie dennoch auch diese Punktzahl.

Typen laut Test	Punktzahl	Reihenfolge
Typ A		
Typ B		
Typ C		
Typ D		
Typ E		
Typ F		
Typ G		
Typ H		
Typ I		

2. Schritt:

Im Workshop WLS Sinn-Kompass hat die Zahl 4 eine besondere Bedeutung. In jeder der Übungen werden wir uns auf das konzentrieren, was die stärkste Energie erzeugt. Nicht immer ist es für Sie leicht, das für Sie wichtigste Wort zu bestimmen. Deshalb werden Sie ein Stück weit Ihrer Intuition vertrauen.

Bitte markieren Sie nun die 4 ersten Typen. Sollten bei Ihnen mehrere Typen für die ersten vier Plätze in Frage kommen, so entscheiden Sie sich nach Durchsicht der inhaltlichen Auswertung auch hier intuitiv und vertrauen Sie. Entscheiden Sie sich bei Ihren ersten vier Typen jeweils nur für nur **ein Motiv**. Entscheiden Sie, welches Motiv bei Ihren vier Typen am stärksten auf Sie zutrifft und die angenehmsten Gefühle auslöst.

Inhaltliche Auswertung

Sie haben mit den Antworten mehr Licht in Ihre Motivationsstruktur gebracht. Jetzt werden Sie um eine Auflösung des Rätsels bitten. Viele von Ihnen werden längst erkannt haben, dass ich mich bei den Fragen zu den 9 Typen an eine sehr bekannte und alte Weisheitslehre anlehne: Das Enneagramm.

Ich bevorzuge im Workshop intuitive und spielerische Methoden, damit Sie sich eher indirekt Ihrer Berufung nähern. Die Berufung ist Ihre wirkliche Lebensquelle, die Sie nicht mit dem reinen Verstand fassen können. In der Berufung drücken sich Ihre Lebendigkeit, Ihr Lebenssinn und Ihre ganz realen Bedürfnisse aus. Ihre Kombination ist einzigartig. Wenn Sie sich dieser Mitte bewusst werden, können Sie mit Hilfe des Workshops sehr weit fliegen - ganz unabhängig vom Ziel, das Sie im Anschluss ansteuern.

Nun werden Sie sich fragen, ob eine Weisheitslehre verlässliche bzw. psychologische Daten liefern kann. Deshalb werden die Erkenntnisse mit der Motivationsforschung verknüpft. Die

Motivationstheorien gehen von feststehenden Grundbedürfnissen aus, die sowohl das Ergebnis von Prägung als auch einen wichtigen Aspekt Ihrer Bestimmung ausmachen. Mehr dazu können Sie im Buch nachlesen.

Ihre Motivationsstruktur, in erste Linie die Ihrer 4 stärksten Lebensmotive, gibt erste wichtige Hinweise. Diese Lebensmotive werden Ihnen in allen Übungen wieder begegnen. Sie sind grundlegend für Ihre Zufriedenheit. Wählen Sie nun in Ihren vier stärksten Typen das jeweils erste Lebensmotiv aus. Sie sollten das Lebensmotiv bei den vier ersten Typen ankreuzen, das in Ihnen die positivste Anziehungskraft auslöst.

1. Typ A: Der Reformier

„Reformier“ haben die Veränderung oder zumindest die Verbesserung der Lebensverhältnisse im Blick. Berufstätige mit einer großen Punktzahl im Typ A wünschen sich ein Engagement, in denen Themen aus Ethik, Pädagogik, Recht und Entwicklung eine Rolle spielen kann. Wenn dieser Typ unter den ersten vier ist, wählen Sie eines der folgenden Motive aus:

- Wertorientierung
- Freiheit
- Ordnungssinn

2. Typ B: Der Fürsorgliche

„Fürsorgliche“ Menschen haben in erster Linie das Wohl des Mitmenschen im Blick. Berufstätige mit einer hohen Punktezahl im Typ B wünschen sich Tätigkeiten, in denen sie anderen Menschen unterstützend zur Seite stehen können. Dabei spielt die persönliche Nähe eine wichtige Rolle. Haben Sie hier eine hohe Punktzahl, wählen Sie eines der Motive aus:

- Beziehungen
- Wertschätzung

3. Typ C: Der Gewinner

„Gewinner“ sind Menschen, die sich im Kampf und Wettbewerb beweisen wollen. Berufstätige mit einer hohen Punktezahl im Typ C wünschen sich Aktivitäten, in den Sie sich gesellschaftlich beweisen und sichtbares Leistungsniveau erreichen können. Haben Sie hier eine hohe Punktezahl, wählen Sie ein Motiv aus:

- Status
- Herausforderung

4. Typ D: Der Romantiker

„Romantiker“ sehen sich einer Welt voller Geheimnisse gegenüber. Sinnlich und empfindsam öffnen sie sich anderen Welten und sind oftmals besonders begabt in der Welt der Kultur und Kunst. Haben Sie hier eine hohe Punktzahl, wählen Sie eines der zentralen Motive:

- Freude
- Schönheit

5. Typ E: Der Denker

„Denker“ betrachten die Welt vorrangig durch die sachliche – und materielle Brille. Sie benötigen genügend Distanz, um die fachlichen Aufgaben lösungsorientiert zu bewältigen. Ihnen liegen Aufgaben mit analytischen Anforderungen. Haben Sie eine hohe Punktzahl, wählen Sie eines der beiden Motive aus:

- Ruhe
- Reichtum

6. Typ F: Der Loyalist

„Loyalisten“ gelten als treue Weggefährten. Sie bewahren gerne Traditionen und wünschen sich verlässliche Strukturen. Sie wünschen Aufgaben mit Klarheit und Strukturen. Haben Sie eine Punktzahl bei Typen F, wählen Sie eines der beiden Motive:

- Ehre
- Sicherheit

7. Typ G: Der Optimist

„Optimisten“ haben das Bedürfnis nach Erlebnissen, die ihnen Lebensfreude schenken. Sie sind aufgeschlossen, extrovertiert und lieben Berufsbilder, die Ihnen Vielfalt und Abwechslung bieten. Haben Sie eine hohe Punktzahl beim Typen G, wählen Sie eines der beiden folgenden Motive:

- Genuss
- Abenteuer

8. Typ H: Der Leiter

„Leiter“ zeichnen sich durch Kraft und Stärke aus. Sie wollen etwas bewegen, sich durchsetzen und erfreuen sich an ihrem Führungsanspruch. Haben Sie eine hohe Punktzahl beim Typen H, benötigen Sie eine Herausforderung, die Ihr Durchsetzungsvermögen abrufte. Entscheiden Sie sich dann für eines der beiden Motive:

- Gestaltungswille
- Unabhängigkeit

9. Typ I: Der Friedenstifter

„Friedenstifter“ sind taktvolle und tendenziell sehr sozial aktive Menschen. Sie benötigen ein Arbeitsumfeld, in denen sie anderen Menschen ein Gefühl der Geborgenheit und des Ausgleichs vermitteln können. Haben Sie hier eine hohe Punktzahl, entscheiden Sie sich für eines der beiden Motive:

- Gemeinschaft
- Harmonie

Zusammenfassung

Übertragen Sie in die folgende Tabelle die vier Typen, die die höchste Punktzahl erreicht haben.

Anschließend übertragen Sie das stärkste Motiv des jeweiligen Typs in die Tabelle.

Sie sehen in der rechten Spalte die vier ersten Motive und können schon ein Stück weit erahnen, welche Dynamik von der Kombination dieser vier Lebensmotive ausgeht. Sicher werden Sie bereits jetzt merken, dass Ihr augenblicklicher Beruf in Harmonie oder eher in Disharmonie zu dieser Motivationsstruktur steht. Sie werden schon jetzt merken, ob Sie sich mit Ihren Lebensmotiven in Ihrem Beruf ausleben können. Und genau darum geht es im nächsten Schritt:

Ihre vier Typen	Punktzahl	Das erste Motiv

Die nächsten Schritte

Sie wollen mehr wissen über Ihre intrinsische Motivation? Sie wollen Ihre natürlichen Antriebskräfte nutzen und ein neues berufliches Leben gestalten? Ihr Selbst möchte sich also verwirklichen. Die Motive wollen sich mit den Neigungen, Stärken und Idealen verbinden. Ein schöpferischer Prozess kann starten. Gleichzeitig wollen Sie die Schritte behutsam und systematisch setzen.

Ein möglicher nächster Schritt ist die Vertiefung durch meine Bücher. Meine beiden Bücher sind aufeinander aufgebaut. Das erste Buch holt Sie dort ab, wo Berufstätige ihre Sinnkrise bewusst wahrnehmen. Es beschreibt die Situation ehemaliger Coaching-Kunden, die weitgehend nach der Selbsterkenntnis den Weg in die Selbstständigkeit gingen oder mit Hilfe einer Beratung die Selbstständigkeit neu ausrichteten. Es soll Sie ermutigen, Ihren Weg unter die Füße zu nehmen. Leben Sie Ihre wirkliche Berufung!



Mit dem Test haben Sie das Interesse, nun alle 4 Seiten von Ihrem WLS Sinn-Kompass zu kennen. Sie werden während des Workshops das Buch Seminarunterlage nutzen. Haben Sie kein Interesse an einem Seminar oder Coaching, kann es Ihnen dennoch mit entsprechender Eigeninitiative helfen.



Sie haben mit dem E-Book einen Impuls erhalten. Sicher haben Sie jetzt den Wunsch, die Ergebnisse des Tests zu vertiefen. Vielleicht sind Sie noch nicht soweit, es fehlt die Zeit oder andere Baustellen sind einfach wichtiger. Mein Vorschlag: Bleiben wir in Verbindung.

Eine gute Möglichkeit hierfür ist der Newsletter. Sie erhalten im Zeitablauf elektronische Post und werden informiert. Diese Post erhalten Sie nicht häufig. Doch vielleicht interessieren Sie sich irgendwann für meine Netzwerkveranstaltungen, Beratungen und Seminare.

Herzliche Grüße aus Frankfurt – Bad Vilbel

Guido Ernst Hannig

Impressum:

Pflichtangaben nach § 2 DL-InfoV:

Guido Ernst Hannig
Joseph-Haydn-Weg 42
61118 Bad Vilbel
E-Mail: [post\(at\)neue-wege-zur-berufung-.de](mailto:post(at)neue-wege-zur-berufung-.de)

Tel. 06101- 40 82 65
Fax 06101- 40 37 65
Webseite: www.neue-wege-zur-berufung.de

Zuständiges Finanzamt: Friedberg (Hessen)

Verantwortlich für Inhalte und Texte:
Gemäß § 10 Absatz 3 MDSStV: Hannig, Guido-Ernst
Joseph-Haydn-Weg 42, 61118 Bad Vilbel

Webmaster: Hannig, Guido Ernst
Joseph-Haydn-Weg 42, 61118 Bad Vilbel

Cover erstellt mit Adazing.com, Cover-Foto: Jordan Donaldson – Unsplash.